



Association  
bégaiement  
communication

# Le journal de l'Association bégaiement communication

# Communiquer

Volume 42

Numéro 2

Juin 2022

## Alakazam... et si seulement

### AVERTISSEMENT.

**MALHEUREUSEMENT, CE QUI SUIT EST BASÉ SUR UNE HISTOIRE VRAIE. RIEN POUR RÉALISER UN FILM À CANAL VIE, MAIS ASSEZ POUR SE MOQUER UN PEU QUAND MÊME.**

À l'époque, je bégaié déjà depuis au moins 23 ou 24 ans (de trop!) et j'en avais plus que ras le pompon qu'on me demande si c'est parce que je ne m'appelais pas souvent que je butais sur mon numéro de téléphone... Comme nous sommes dans une ère de vitesse et que faire cuire un Pogo prend 59 secondes au micro-ondes, eh bien, je pouvais bien prendre 1 heure ou 2 pour régler ça.

Je me trouve donc une hypnologue dans le journal local. D'après elle, mon bégaiement viendrait de mes vies antérieures et que si je pars à la recherche de l'incident fastidieux, on en parlera tout simplement plus.

Facile.

Quelques séances et un re-birth plus tard... même ma plus lointaine vie ne m'a pas éclairée quant à comment supprimer ce qui me rend si différente.

Crotte.

Elle me propose donc de rencontrer son mari qui pratique le chamanisme, ce qui selon elle, serait la clé. Je dois être un cas coriace! Bon, après tout, un peu de magie, c'est exactement ce que ça me prend!

Abracadabra, poil de carotte et pattes de souris, que mes blocages et mimiques faciales disparaissent!

(P.S. Un nuage de poudre argentée serait apprécié, pour le spectacle s.v.p.)

### SHOW TIME !

Donc, c'est à ce moment que je me retrouve en culotte et camisole, couchée sur une table de massage dans une pièce décorée en grotte médiévale, à espérer que ma parole devienne aussi fluide que le Canal Lachine. Pour l'instant, j'ai juste ben frette.

À ma grande surprise, aucun chapeau, aucune colombe. Mais de l'encens et des incantations! Ah, c'est ça! Je suis possédée! Les deux bienfaisants (eh oui, M<sup>me</sup> Messmer s'est jointe à nous) me tournaient autour de la tête en agitant les bras, pour chasser le mauvais, je suppose.

C'est en ouvrant les paupières à moitié que j'ai vu mon 75 \$ et ma dignité s'envoler.

Ça partait d'une bonne intention.

D'un bord comme de l'autre.

Le bégaiement, au fil des années, j'ai appris à vivre avec. Point. Je ne suis même pas à l'étape d'avouer que je l'accepte, car c'est faux. Je passe encore par toute la gamme d'émotions lorsque je me fais prendre par surprise, devant des inconnus. La gêne, la honte, la déception... voyons que je ne suis pas capable de parler comme du monde moi?

Alors?

Une pierre précieuse à mettre dans mes poches ou encore un élixir à base de patchouli et graine de chia pourrait m'aider?

Et si seulement n'est-ce-pas?



**MURIELLE BEAUREGARD**  
Membre de l'ABC

### Journal Communiquer

ISSN 1183-0603

Coordination  
Audrey Bigras

Mise en pages  
Elise Beaudry

Impression  
Mardigrage Inc.

Les points de vue exprimés dans cette publication ne représentent pas nécessairement l'opinion de l'Association bégaiement communication sauf avis contraire. Les auteurs endossent entièrement la responsabilité de leurs textes. Textes et commentaires devront être envoyés au secrétariat de l'ABC par courriel. Le contenu du « Communiquer » est disponible selon les termes d'une licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0). En vertu de cette licence, un tiers a le droit de télécharger et partager cette œuvre en autant que son auteur ou la source soit citée. De plus, cette licence ne permet pas de modifier de quelque façon que ce soit ni d'utiliser cette œuvre à des fins commerciales.



### Association bégaiement communication

6970, Christophe-Colomb, Bureau 201, Montréal, Québec, Canada H2S 2H5

Téléphone : 514 273-1427 / sans frais : 1 833 310-1042 /  
courriel : info@abcbeigaement.com / www.abcbeigaement.com

Facebook: abcbeigaement1 / Instagram: @ABCbeigaement

Organisme de charité #120278609 RR0001

### Administrateurs 2022 / 2023

Présidente Audrey Bigras / Vice-présidente, affaires externes Myriam Fauteux /  
Vice-président, affaires internes Jean-François Leblanc /  
Trésorier Jean-Sébastien Bérubé / Secrétaire Marika Durocher

## Réseaux sociaux de l'ABC

Avez-vous jeté un œil aux réseaux sociaux de l'ABC, disponibles sous le nom « Association bégaïement communication » ? Nous diffusons de l'information sur :

- une page Facebook publique (le groupe privé « ABC » demeure accessible, mais constitue maintenant un forum de partage);
- Twitter;
- Instagram.

Cette stratégie nous permet de mieux faire connaître l'ABC comme ressource de soutien et de sensibiliser davantage de personnes à la réalité du bégaïement.

Au plaisir de vous compter parmi nos abonnés !



## Statut de membre professionnel

Incidemment, nous aimerions rappeler aux orthophonistes qui concentrent leur pratique sur le bégaïement que l'ABC offre maintenant un statut de membre professionnel. Ce statut comporte tous les avantages du statut de membre régulier, mais avec en prime 10 copies imprimées de notre bulletin « Communiquer » qui peuvent être distribuées à leur clientèle qui bégaie. Si vous avez renouvelé votre adhésion à titre de membre régulier depuis peu, et que vous souhaitez bénéficier du statut de membre professionnel dès maintenant, communiquez avec l'ABC (info@abcbegeaiement.com) afin que des arrangements soient faits.



## « Je je je suis un podcast » : nouveaux épisodes disponibles

De nouveaux épisodes de notre balado « Je je je suis un podcast » ont été mis en ligne depuis les derniers mois.

- « Le riz ne guérit pas du bégaïement », avec Audrey Bigras, adulte qui bégaie et présidente du conseil d'administration de l'ABC
- « Le superpouvoir d'un parent qui bégaie », avec Nathalie Faucher, adulte qui bégaie, archiviste à la ville de Val-d'Or, historienne, artiste en arts visuels en origami et kirigami, et mère de deux adolescents.

« Je je je suis un podcast » est le balado de l'ABC, animé par Geneviève Lamoureux, adulte qui bégaie, agente d'administration et de projets à l'ABC et étudiante en orthophonie, et Judith Labonté, orthophoniste. On y aborde divers aspects du bégaïement (ex. : témoignages, recherche, thérapie, etc.)

Une vingtaine d'épisodes sont maintenant disponibles au [abcbegeaiement.com/podcast](http://abcbegeaiement.com/podcast), et sur les plateformes YouTube, Spotify, Breaker, Stitcher, Spreaker, Castbox et RadioPublic.

Restez à l'affût pour les prochains épisodes !



## Retour sur l'Assemblée générale annuelle de l'ABC

Samedi le 7 mai dernier avait lieu l'assemblée générale annuelle de l'ABC. Encore une fois, l'événement qui s'est déroulé en format virtuel (Zoom) a permis au personnel et aux membres du conseil d'administration (c.a.) de l'ABC de présenter les projets réalisés au cours de l'année, les développements à venir, ainsi que les états financiers. Ce fut également l'occasion de procéder à l'élection des membres du conseil d'administration de l'année 2022-2023.

Alexandre Cadelis, qui agissait à titre de vice-président aux affaires internes au cours de l'année 2021-2022, a choisi de ne pas soumettre à nouveau sa candidature cette année. Au nom du conseil d'administration, j'aimerais remercier chaleureusement Alexandre pour son implication au sein du c.a. au cours de la dernière année, son enthousiasme ainsi que ses connaissances en informatique ! Il y avait donc un poste vacant à combler.

Marika Durocher se joint à l'équipe du conseil d'administration à titre de secrétaire. Marika est éducatrice spécialisée et s'implique régulièrement à l'ABC. Vous avez pu entendre son témoignage sur le bégaïement, au cours des derniers mois, dans la série de capsules vidéo produites par l'ABC. Nous lui souhaitons la bienvenue au sein du conseil d'administration !

Le conseil d'administration de l'année 2022-2023 se présente ainsi :

- Présidente : **Audrey Bigras**
- Vice-présidente aux affaires externes : **Myriam Fauteux**
- Vice-président aux affaires internes : **Jean-François Leblanc**
- Secrétaire : **Marika Durocher**
- Trésorier : **Jean-Sébastien Bérubé**

Merci à toute l'équipe du conseil d'administration ainsi qu'au personnel de l'ABC pour votre dévouement, votre engagement et tout le travail accompli ! L'année qui suit s'annonce encore une fois bien remplie.

Au plaisir de collaborer,

AUDREY BIGRAS  
Présidente de l'ABC



Bonjour,

je m'appelle Marika et je fais nouvellement partie du conseil d'administration (C.A.) Dans la vie de tous les jours, je suis éducatrice spécialisée dans une école primaire. Je suis bègue depuis mon enfance, je me suis longtemps sentie seule et incomprise avec mon bégaïement. J'ai découvert l'ABC, il y a un an, et je suis membre depuis janvier cette année. L'ABC m'a permis de rencontrer des gens qui ont la même différence que moi et qui comprennent les défis que j'ai au quotidien. J'ai voulu devenir membre du C.A dans le but de m'impliquer avec cette association qui me permet de me sentir à ma place et qui m'a aidée à voir le positif avec ma différence. Je suis bien heureuse et très fière de faire partie du C.A

MARIKA

## Du nouveau pour les membres de l'ABC : un espace membre

L'espace membre de l'ABC est maintenant disponible sur son site internet. Les membres de l'ABC peuvent désormais y accéder à l'aide de leur numéro de membre, et sont invité.e.s, à la première utilisation, à créer un mot de passe.

L'espace membre réunit en un seul endroit tous les privilèges accompagnant l'adhésion à l'ABC.

Les membres peuvent y trouver des ressources qui leur sont réservées, comme les documentaires *When I Stutter (Quand je bégaie, s.-t. en français)* et *L'Éloquence du bégaïement*, des conférences et ateliers enregistrés lors des événements en ligne de l'ABC, des ressources partagées par des orthophonistes et des professeur.e.s, telles que des présentations et travaux d'étudiant.e.s en orthophonie sur le bégaïement, et bien plus !

Sur le plan plus technique, les membres peuvent également directement y gérer leurs informations, par exemple faire leur changement d'adresse.





# Congrès international conjoint sur le bégaiement et le bredouillement 2022 : Un succès, dans la fébrilité!

**Ça y est ! Le Congrès international conjoint sur le bégaiement et le bredouillement qui s'est déroulé à Montréal du 27 au 30 mai est derrière nous ! Congrès pour lequel plusieurs membres du conseil d'administration, employé.e.s à temps partiel et bénévoles de l'ABC ont dû travailler sans relâche, sans compter les heures, avant et pendant l'événement afin de s'assurer que tout soit prêt à temps et que le déroulement soit sans anicroche majeure. Globalement, on y est arrivés !**

Rappelons que l'annonce de la sélection de Montréal comme ville-hôtesse pour ce congrès a été faite en décembre 2018, soit il y a un peu plus de trois ans, et plus d'un an avant que la pandémie de COVID-19 ne vienne chambouler toute la planète. Résultat : le congrès initialement prévu en juillet 2021 a été reporté à la fin mai 2022. La décision du report, survenue en début d'année 2021, a été prise alors que tout rassemblement public à l'intérieur d'un édifice était interdit au Québec. Tout le comité organisateur s'est croisé les doigts durant des mois en espérant que les restrictions sanitaires soient éventuellement levées et que le congrès puisse avoir lieu en personne. Nous avons dû attendre jusqu'au 8 février dernier, date de la conférence de presse du gouvernement du Québec annonçant la levée progressive des restrictions. C'était le feu vert que nous espérions.

Moins de quatre mois pour tout mettre en place. Les invitations aux conférenciers spéciaux, et le processus de soumission de résumés de communications et de sélection des présentations étaient bien entamés. Il restait à finaliser les contrats avec les sites et fournisseurs, les traiteurs, l'inscription, les restrictions alimentaires des congressistes, le programme imprimé, le sac des congressistes et son contenu, les étiquettes de noms et cocardes, l'aménagement des lieux, la logistique, si possible les activités sociales, et j'en passe !

Quelques jours avant la tenue du congrès, des employé.e.s et bénévoles de l'ABC ont assemblé tout le matériel (sacs, contenu, cocardes, etc.) qui avait été préalablement expédié aux locaux de l'ABC. Le transport du matériel à l'Hôtel Omni, où avait lieu les ateliers pré-congrès, s'est fait le mercredi 25 mai, afin d'être fin prêts pour la distribution des cocardes et du matériel aux congressistes dès le jeudi 26 mai, jour des deux ateliers pré-congrès. Animés respectivement par Elaine Kelman et Ali Berquez (The Michael Palin Centre, Londres, Royaume-Uni) et Dan Hudock (Idaho State University, Pocatello, ID, États-Unis), ces deux ateliers ont attiré collectivement une cinquantaine de congressistes. La rétroaction d'Elaine Kelman a été très positive : elle a mentionné que le nombre relativement restreint de personnes présentes a favorisé les échanges et une certaine intimité entre les participant.e.s.

C'était inévitable, un blitz de congressistes s'est présenté en fin d'après-midi au comptoir d'accueil pour se faire remettre cocarde et sac de congrès, alors que nous nous préparions à transporter le matériel au Centre Mont-Royal, principal site du congrès, situé à un pas de l'Hôtel Omni. L'hôtel a eu l'amabilité de nous prêter deux chariots pour le transport entre l'Hôtel Omni et le Centre Mont-Royal, qui s'est fait sous quelques gouttes de pluie. Un peu exténué et en sueurs, mais satisfait que tout le matériel soit à bon port pour le lendemain matin, ouverture

officielle du congrès. Transport complété juste à temps pour la cérémonie d'ouverture de 17 h-17 h 30 à l'Hôtel Omni, le temps de souhaiter la bienvenue à Montréal, en t-shirt, aux personnes présentes.

Lendemain matin, vendredi 27 mai, Centre Mont-Royal, 7 h-7 h 30, on met en place le comptoir d'accueil, les banderoles, les écriteaux de signalisation. On accueille les congressistes, on leur remet leur matériel. Mon téléphone sonne, je reçois des messages texte, des notifications sur Slack, quelques urgences à régler si possible avant l'ouverture officielle. Je dois m'adresser aux congressistes pour un mot de bienvenue et quelques consignes d'usage; je ne suis pas très bien préparé, mais je me débrouille.

On cherche la banderole d'un exposant qui l'avait fait livrer aux bureaux de l'ABC pour entreposage temporaire. On ne la trouve pas dans l'amoncellement de matériel à l'accueil, et ni le Centre Mont-Royal, ni l'Hôtel Omni l'ont en main. On devra se rendre par deux fois aux locaux de l'ABC avant de finalement retrouver la précieuse banderole. On en a été quittes pour une bonne frousse, mais finalement nous avons pu livrer la banderole à l'exposant dès la première journée du congrès.

Après la fébrilité des premiers jours et l'essentiel des problèmes de logistiques réglés, et avec l'expérience acquise, le reste du congrès s'est



déroulé assez rondement. Cette accalmie nous a permis de profiter des quelques activités sociales au programme, dont notamment le souper du vendredi soir organisé par l'ABC, le match de soccer du CF Montréal du samedi soir, ainsi que le banquet du dimanche soir. La randonnée sur le Mont-Royal du dimanche matin a attiré quelques oiseaux participant.e.s étaient tous.tes ravi.e.s par la randonnée, et la météo était parfaite. À un tel point que d'autres personnes ont manifesté leur intérêt pour une deuxième excursion. Nous avons donc refait l'ascension le lundi après-midi 30 mai, avec un groupe restreint de congressistes qui ont étiré leur séjour à Montréal. Lors du retour de cette deuxième excursion, nous en avons profité pour faire un détour vers la Maison Ernest-Cormier, mythique demeure du Mille Carré Doré.

Au final, que reste-t-il de cette expérience singulièrement intense ? La rétroaction reçue durant et après le congrès a été unanimement positive. Nous avons reçu des félicitations de plusieurs congressistes, autant pour le contenu du programme que pour l'organisation et la logistique. Après plus de deux ans de pandémie et vagues de confinement et déconfinement, à l'évidence les congressistes étaient très heureux.ses de se retrouver à discuter bégaiement et bredouillement, en personne, autour d'un bon repas et d'un verre de vin. Pour l'ABC, l'expérience acquise au cours des trois dernières années est incommensurable. Personnellement, la fébrilité, l'adrénaline à fond la caisse du dernier droit, la nécessité de prendre des décisions sur-le-champ, tout ça va me manquer. À quand le prochain congrès international où l'ABC participera à titre d'association-hôtesse locale ? On va prendre une pause bien méritée. La génération actuelle d'administrateurs et celle qui va suivre auront peut-être le goût si une opportunité se présente ?

Ce succès aurait été impossible sans l'appui indéfectible des membres actuels et passés du conseil d'administration de l'ABC, et sans l'apport de nos employé.e.s à temps partiel et de bénévoles qui ont donné de leur temps avant et pendant le congrès. Un merci spécial à Myriam Fauteux et Alain Tremblay pour leur implication dans le sous-comité du programme, à Geneviève Lamoureux pour son soutien en logistique, coordination, et supervision des employé.e.s et bénévoles, à nos employé.e.s Sonia Dusseaux et Élie Tremblay, et à nos bénévoles Nicholas Carrier, Caroline St-Germain, Annie Longpré et Louis-Frédéric Gélinas.

**JEAN-FRANÇOIS LEBLANC**  
Vice-président aux affaires internes de l'ABC



- Advancing field of cluttering through collaboration (research on cluttering)
- Do more research on the exact nature of cluttering. Common definition and research methods
  - Build global database of research data, articles. Share data
  - Share contacts: combine or connect networks
  - Last but not least: call on science in the entire field of fluency disorders: be open to new insights, new definitions, keep debate going on.
  - Science is not about sticking to things we know; science is dynamic; constant change = hope for the future

## Campagne de sensibilisation « Pas de diversité sans disfluidités »

**L'ABC a décidé de prolonger la campagne de sensibilisation du Mois de l'ouïe et de la communication, qui s'est déroulée en mai dernier. La campagne se poursuit donc toujours sous le thème « Pas de diversité sans disfluidités ».**

Ce thème fait écho à la pétition « Pas de diversité sans disfluidités », une version francophone de la pétition « No Diversity Without Disfluency ». La pétition a été lancée le 22 octobre 2021 par Stamma, un organisme britannique, à l'occasion de la Journée internationale de sensibilisation au bégaiement (JISB). Il est prévu qu'elle soit active pendant un an, soit jusqu'au 22 octobre 2022.

La pétition « Pas de diversité sans disfluidités » exhorte les médias à donner plus de place aux personnes qui bégaiement, avec le slogan « No Diversity Without Disfluency ». Le but ? Normaliser le bégaiement pour que les personnes qui ne bégaiement pas l'accueillent mieux et que les personnes qui bégaiement se sentent représentées par la télévision et les autres médias.

En février 2022, Stamma a invité diverses organisations dans le monde à se joindre au mouvement. Notre association, l'Association bégaiement communication (ABC), a sauté sur cette opportunité. On vous invite d'ailleurs dès maintenant à signer la pétition au [abcbegeiement.com/petition](http://abcbegeiement.com/petition), si ce n'est pas déjà fait.

Pourquoi prolonger la campagne de sensibilisation ?

Parce qu'on veut continuer d'entendre et de faire entendre votre voix ! Pour vous, qu'est-ce que ça changerait si on entendait et voyait plus de bégaiement dans les médias ? Pourquoi c'est important ?

De plus, en participant à la campagne, vous contribuez à faire connaître la pétition et cet enjeu important dans la société.

### Partagez votre témoignage !

Nous vous invitons donc, jusqu'au 10 octobre 2022, à nous faire parvenir un témoignage sur ce sujet. Que vous soyez une personne qui bégaiement, un.e proche, un.e orthophoniste ou encore un.e professionnel.le travaillant en bégaiement, on vous invite à participer à cette campagne de sensibilisation.

Votre témoignage doit répondre à la question « Pourquoi entendre plus de bégaiement à la radio et dans les médias ? ».

Votre contenu peut prendre la forme que vous désirez, que ce soit :

- Une vidéo
- Un enregistrement audio
- Un « reel » instagram
- Un texte
- Une citation
- Un poème
- Un dessin
- Une peinture
- Un slam
- Une bande dessinée

Bref, vous avez carte blanche ! Nous acceptons une variété de format de documents, notamment le texte, les images, l'audio et le vidéo.

Si vous désirez soumettre un vidéo, nous recommandons une durée de 1 à 5 minutes pour favoriser la portée sur les



réseaux sociaux. Les vidéos seront également édités pour inclure le visuel de la campagne. La version finale de votre vidéo vous sera envoyée pour approbation avant publication.

### Pas d'inspiration ?

Ce que vous avez à dire sur le bégaiement est important et pertinent. Ne sous-estimez pas l'impact de votre expérience sur la perception du bégaiement. On veut inonder les réseaux sociaux de bégaiement, on a besoin de vous !

Pour vous inspirer, on vous invite à regarder la vidéo promotionnelle de la pétition « Pas de diversité sans disfluidités ».

Que fera-t-on avec votre témoignage ?

Nous créerons des visuels mettant en valeur votre contenu. Ceux-ci seront diffusés, accompagnés de votre témoignage complet, sur nos plateformes, notamment les sites Web respectifs de l'ABC et de l'AJBQ, leurs médias sociaux et la revue *Communiquer* de l'ABC. Nous vous invitons aussi à nous envoyer une photo de vous, si vous le désirez, pour ajouter au visuel (et pourquoi ne pas porter votre t-shirt « Je je je suis un t-shirt » pour l'occasion ?

Nous vous soumettrons le visuel final pour approbation avant publication sur nos réseaux.

Les visuels et témoignages seront diffusés jusqu'au 22 octobre 2022, date de la Journée internationale de sensibilisation au bégaiement.

Le contenu soumis, notamment les vidéos, aura l'apparence suivante. L'image et le son feront également l'objet d'un traitement par un vidéaste professionnel.

### Des prix à gagner !

En participant à la campagne de sensibilisation, vous courez également la chance de gagner un des prix suivants :

- Le livre *Bégayer c'est cool : conseils pour survivre dans un monde pressé*
- Le livre *Stammering Pride and Prejudice: Difference not Defect*
- Un coton ouaté « Je je je suis un coton ouaté »
- Un t-shirt « Je je je suis un t-shirt »
- Une tasse « Patience, je bégaiement »
- Une tasse « Je je je suis une tasse »
- Le livre *Je bégaiement, laissez-moi parler : bien vivre avec le bégaiement*, d'Agathe Tupula Kabola, orthophoniste
- Le livre *Les aventures d'une superhéroïne du bégaiement*

Pour plus d'informations sur ces produits, visitez la boutique en ligne de l'ABC.

### Envoyez-nous votre témoignage

Faites-nous parvenir votre témoignage au [info@abcbegeiement.com](mailto:info@abcbegeiement.com) d'ici le 10 octobre 2022, accompagné de la Licence d'utilisation (accessible au [abcbegeiement.com](http://abcbegeiement.com)) de votre contenu remplie et signée, ainsi que de votre photo, si désiré.

Merci de partager qui vous êtes et de contribuer à sensibiliser la société au bégaiement !

## Perdre notre Nord

Nous perdons parfois notre Nord comme on perd notre chemin en forêt. Nous allons dans la direction qui nous semblait la bonne et puis peu à peu nous doutons.

Peu importe la destination finale, notre Nord nous y mènera. Parce que notre Nord à nous, il est plein d'instincts. Nous avons appris tôt à décoder le visage de ceux qui croisent notre chemin. À lire les non-dits et à sentir les gestes qui trahissent les mots. Nous déchiffrons notre forêt comme le chasseur lit la sienne.

L'aiguille de notre Nord vacille un peu selon le magnétisme que la jonction entre notre raisonnement et notre senti laisse émaner mais cette légère imprécision ne le rend pas moins fiable. Notre Nord est aimanté par le plus fort des aimants et il ne peut pas nous tromper. Nous apprivoisons donc le doute et le doute nous sert bien.

Sauf quand il nous perd.

Quand nous doutons de plus en plus fort, la vacillation devient de plus en plus grande. Parfois, l'aiguille du Nord disparaît. Sa vacillation qui nous faisait douter légèrement et que nous aurions voulu plus stable nous manque. Prendre des décisions qui nous semblaient chambranlantes avec notre boussole en main nous donne maintenant le vertige des ravins.

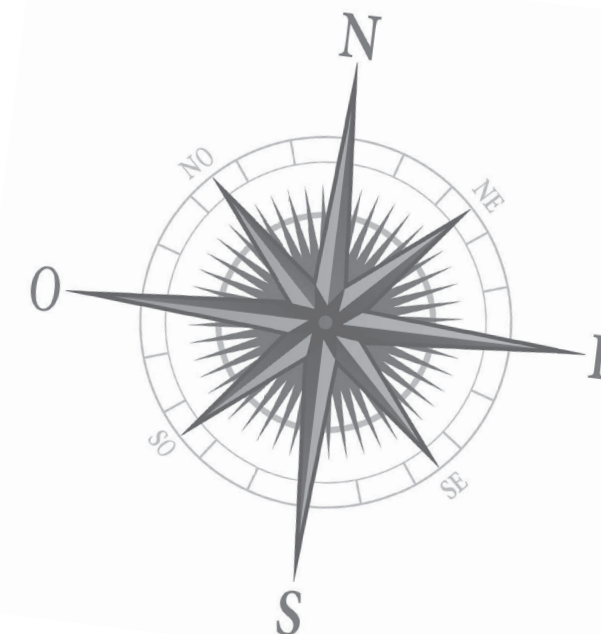
Presque toujours, nous avons les émotions dans les talons et l'estomac dans la tête. Nous avons faim de réassurance et l'amour-propre vide. Même le plus fort des aimants rivalise mal avec le mal d'exister.

Parce que nous croyons être bègues, nous nous croyons différents. Pourtant, si notre parole est différente, perdre le Nord, c'est ne pas se sentir à la bonne place ni à la bonne direction pour tout le monde. Le doute est connu de tous.

Quand le doute nous perd, nous perdons aussi le Nord. Le Nord se dévoile plus facilement aux aspirations qu'aux peurs.

À quoi aspire le chasseur dans sa forêt sinon qu'à se valider dans sa capacité à lire le territoire et à ne faire qu'un avec lui ?

Nous aspirons à aller là où l'espace nous renvoie la confirmation que notre présence est cohérente. C'est dans cet espace-temps que nous arrivons à nous sentir unies.



Il arrive que le doute et le mal d'exister nous fasse perdre notre Nord. C'est en levant la tête dans la direction de nos aspirations que nous pouvons retrouver notre chemin.

Nous croyons être bègues mais nous sommes humains. Ce sont nos rêves et nos envies qui ont le plus de pouvoir sur le chemin que nous parcourons. Ce sont les émotions qui ont le plus de pouvoir sur le doute. Ce sont nos émotions qui ont le plus de pouvoir sur l'enlignement de notre boussole.

Si nous perdons notre Nord nous savons qu'il se trouve là, quelque part entre nos aspirations, nos doutes et ce trop-plein d'émotions mal digérés.

Nous savons mieux le retrouver qu'avant parce que perdre notre Nord est humain et que le retrouver s'apprend.

**ANNY DUBÉ**  
Personne qui bégaiement, orthophoniste et coach  
Juin 2022



## « Mieux comprendre le b-b-bégaiement », un atelier offert par l'ABC à des centres de formation professionnelle.

Un employé du Centre de mécanique, de métallurgie et d'électricité (CIMME) s'est informé de la possibilité d'accueillir l'ABC au sein de son milieu pour offrir une présentation sur le bégaiement à toutes les personnes intéressées du personnel enseignant, administratif et professionnel, ainsi que de la communauté étudiante. L'ABC a répondu volontiers à sa demande en préparant et en offrant, le 11 mai dernier, un atelier virtuel sur le sujet au CIMME et à des centres de formation professionnelle connexes. Audrey, présidente de l'ABC, et Élie, agent.e d'administration et de projets à l'ABC et finissante en orthophonie, ont discuté des diverses définitions du bégaiement, des mythes qui l'entourent et des postures à adopter pour favoriser l'inclusion des personnes qui bégaiement. Cette expérience enrichissante pourrait certainement être répétée selon les besoins des milieux. Au plaisir de faire connaître le bégaiement largement !

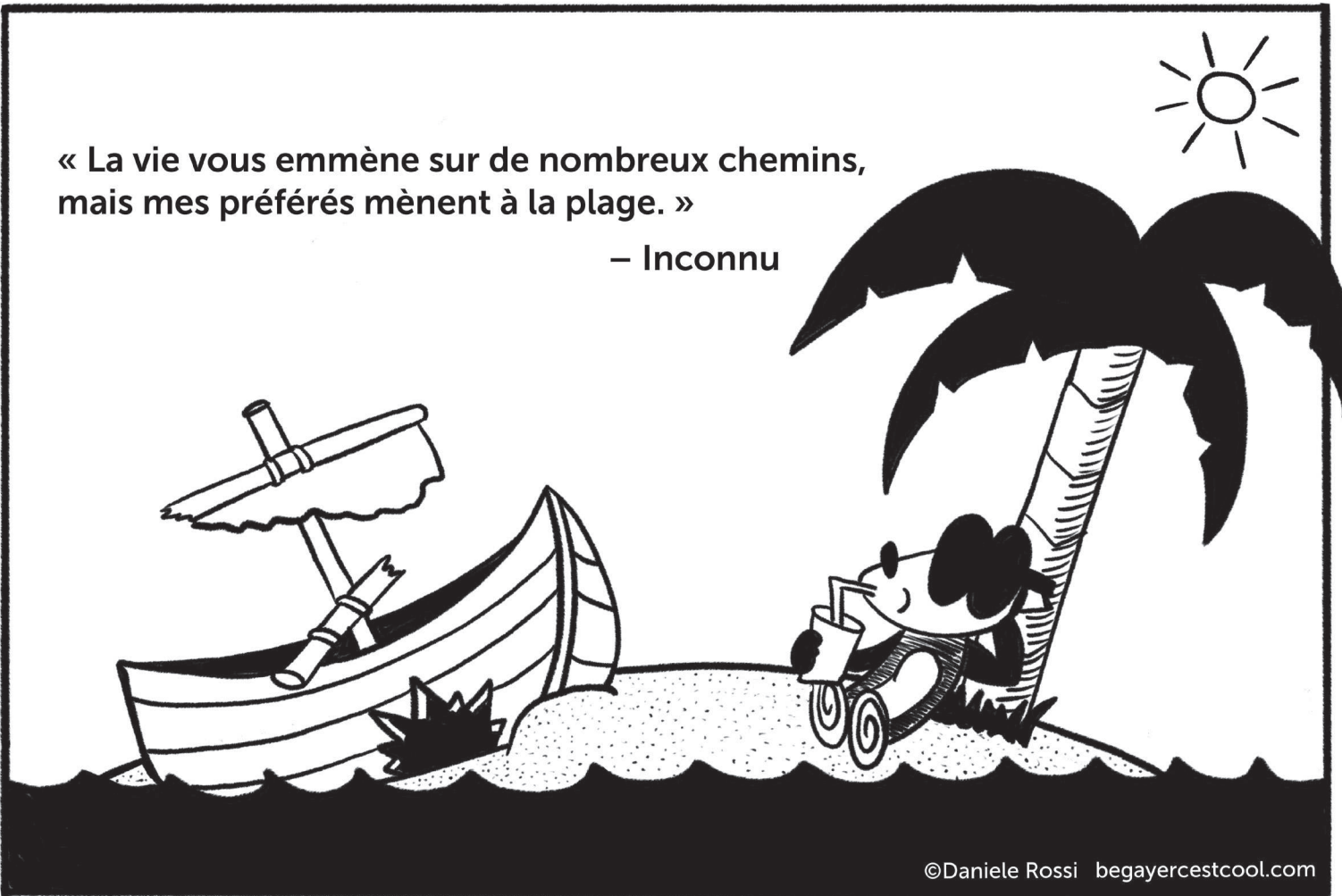
**ÉLIE TREMBLAY**  
Agent.e d'administration et de projets



## Franky Banky par Daniele Rossi

« La vie vous emmène sur de nombreux chemins,  
mais mes préférés mènent à la plage. »

– Inconnu



©Daniele Rossi begayercestcool.com